



9. Nordhäuser Citylauf
 Nordhausen / 15.09.2013

□□□□

Jacobi, Ingobert

□□: LG Südharzläufer
 □□: 302

□□: 9.90 km
 3 Runden 9,9 km

□□□□:
 Senioren M70

□□□: 56:32

□□: 9.55 km/h
 □□□□: 5:43 min/km

□□□□□/□□□: 73 (of 78)

□□□□□/□: 64 (of 68)

□□□□□□: 31:53

□□□□□: 1(of 1)

□□□□□□□: 56:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□	□□□	□□□	□□□	□□	□□	□□	□□
	km	□□	min/km	-	-	□	□	km	□□	min/km	-	-	□	□
Rundenzeit	3.30	18:33	5:37	1	-	53	7:40	3.30	18:33	5:37	1	-	26	2:20
Rundenzeit	3.30	19:00	5:45	1	-	52	8:38	6.60	37:33	5:41	1	-	26	3:52
□□	3.30	18:59	5:45	1	-	52	8:21	9.90	56:32	5:42	1	-	64	24:39